

# Inhalt

VORWORT.....	7
NACHHALTIGE ERNÄHRUNG.....	9

## VORSPEISEN

Tatar vom Rind mit Spargel und Parmesan .....	31
Brotsuppe .....	35
Weinsuppe mit Zimtcroustons	39
Spargeleintopf mit Schinken- tortellini .....	43
Cannelloni mit Topfenfüllung und Gemüsesauce .....	47
Ziegenkäseflan mit Kürbisragout und Amarettobräsen ....	51
Nudelblätter mit Steinpilzbutter .....	55
Kartoffelpraline mit Radicchio und Haselnuss-Butter.....	61
Nudelreis mit Gemüse und Gorgonzolasauce .....	65
Roggenspaghetti mit Topfen- und Spinatcreme..	69
Dreierlei Polentanocken mit Kräutern und Bergkäse ....	73
Risotto mit Gartengemüse ..	77
Kartoffelgnocchi mit Pfifferlingen .....	81
Kartoffel-Sauerkraut-Soufflé mit Selchfleisch .....	85
Pochiertes Ei mit Selleriepüree und Hallimasch .....	89
Kabeljaustrudel mit Tomaten-Oliven-Ragout ..	93

## HAUPTSPESIEN

Saibling auf Linsensalat mit Rotwein-Zwiebel- Vinaigrette .....	99
Hühnerbrust mit Bärlauch- füllung und Gemüse .....	103
Kalbsbrust mit Pfifferlingen gefüllt .....	107
Gekochtes Beinfleisch mit Gartengemüse .....	111
Geschmorte Ochsenschwanz mit Zwiebelpolenta .....	115
Hirschkeule in Rotweinsauce mit Kichererbsenpüree und Pfifferlingen .....	119
Kalbsaxe mit Tempura- Radicchio und Sellerie ...	123
Gebrautes Kalbsbries mit Topinamburpüree .....	125
Kalbsleber mit Kräuterkruste auf Bergartischocken und Spinat .....	129

## NACHSPESIEN

Geeiste Apfelsuppe mit Topfenmousse .....	133
Geschmortes Obst mit Vanilleis .....	137
Halbgefrorenes mit Trockenfrüchten .....	143
Joghurtpraline mit Honigmelone .....	147
Milchreispalatschinken mit Birnen-Walnuss-Ragout und Zimteis .....	153
Soufflierter Panettone- Schmarren mit Zitrusfrüchten .....	157
Geeiste Pfirsichsuppe mit Buttermilchflan .....	161
Soufflierter Mandelschmarren mit Zwetschgen .....	165
Palatschinken mit Honig-Wein- schaum und Erdbeeren ...	169
Kakaopalatschinken mit Bananen, Datteln und Kakaosorbet .....	173

DIE SPEISEKAMMER....	176
REGISTER .....	198
QUELLEN.....	200